

Três mitos da psicologia

Livro derruba teorias de botequim e joga luz sobre o senso comum

Verônica Mambrini, iG São Paulo | 30/08/2010 18:50

De psicólogo, médico e louco, todo mundo tem um pouco – ou pelo menos acha que tem. Por meio de filmes, novelas, livros de autoajuda e conselhos de mãe, as pitadas de psicologia popular estão ao alcance de todos. O problema é que, muitas vezes, elas são apoiadas em idéias equivocadas ou que perderam o sentido com o tempo.

Para esclarecer dezenas de inverdades, o recém-lançado “Os 50 maiores mitos populares da Psicologia” (editora Gente) derruba, uma a uma, diversas “teorias de botequim”. Os autores, quatro professores de psicologia de universidades americanas, lançam mão de diversos estudos modernos para analisar conceitos com prazo de validade vencido. Esmiuçamos três deles; confira!



Foto: Divulgação
Em Harry e Sally, os opostos se atraem com final feliz

Os opostos se atraem

Quem não se lembra das rugas entre os protagonistas da clássica comédia “Harry e Sally, feitos um para o outro”? Depois de passarem o filme inteiro brigando, os personagens vividos por Billy Crystal e Meg Ryan acabam se tornando melhores amigos. Por fim, descobrem que a amizade virou amor. Mas o final feliz entre pares muito diferentes (e brigões) costuma ser mais comum na ficção. Segundo a publicação, pesquisas clássicas mostram que tendemos a gostar de pessoas que apresentem atitudes semelhantes às nossas.

Por muito tempo, o relacionamento entre semelhantes foi considerado tedioso e sem graça, mas, na verdade, ele tende a solidificar vínculos e reduzir atritos. “Os relacionamentos mais satisfatórios e duradouros são entre os parecidos”, diz Thiago de Almeida, psicólogo especializado em relacionamentos amorosos.

De Marte ou de Vênus?

Segundo esse mito, no qual o best-seller de relacionamentos “Homens São de Marte, Mulheres São de Vênus” foi baseado, pessoas do sexo masculino e feminino se comunicariam de maneiras diferentes. Os homens seriam mais objetivos e funcionais, enquanto as mulheres utilizariam a subjetividade no diálogo. Segundo o livro dos mitos, o escritor John Gray, autor da teoria Marte vs. Vênus, não se apóia em nenhuma pesquisa para fundamentar suas conclusões.

Novos estudos apontam que as diferenças na comunicação entre os sexos seriam insignificantes diante das semelhanças. Eles analisaram quatro pontos de diferença na linguagem: a) as mulheres falam mais do que os homens, mas a diferença é pequena e quase imperceptível; b) elas também costumam ser mais abertas, mas sem valores significativos; c) a respeito de interromper os outros durante uma conversa, os homens ganham, mas, de novo, a diferença é mínima; d) o único item analisado que mostrou diferenças significativas foi a percepção de sinais não verbais, em que as mulheres se destacaram. No fim, “há mais pontes do que abismos”, defende o psicólogo Thiago de Almeida.

Traços herdados não mudam

A genética transformou a forma de pensar a ciência comportamental. Da probabilidade de desenvolver doenças a traços de personalidade, tudo costuma apontar para os genes. Em partes, faz sentido, mas a generalização é exagero.

Longe de ser uma espécie de destino traçado em nossas células, é possível “driblar” os genes usando o ambiente a seu favor, ao contrário do que dita o senso comum. “A genética corresponde a cerca de 60% da personalidade. As influências do ambiente, a 40%”, diz Bruno Mendonça Coelho, coordenador do ambulatório de psiquiatria da Faculdade de Medicina do ABC e membro da Associação Brasileira de Psiquiatria. Os traços determinados pela genética definem o comportamento, e correspondem a aversão ao risco, o desejo por novidades, a necessidade de gratificação para cumprir tarefas e a determinação. Já o caráter é decorrente do ambiente, como a educação familiar que a pessoa recebeu e a cultura em que vive. O caráter envolve como a pessoa vê a si e ao mundo, e as relações que constrói com ele, sendo mais egoísta, curiosa, fechada, etc.

A personalidade e os transtornos dela dependem, portanto, da interação entre nossa carga genética com a forma de viver. “A personalidade é relativamente estável, mas desde criança, todos os aspectos vão sendo trabalhados”, afirma Coelho. Ou seja, bem moldável, mesmo com uma herança pré-definida de quem somos. “Basta termos a abertura e disponibilidade para a mudança que ela pode ocorrer. Às vezes pode demorar e exigir treino, levar recaídas, mas conseguimos mudar”, afirma Marina Vasconcellos, psicóloga pela PUC-SP e terapeuta familiar e de casal pela Universidade Federal de São Paulo.

Serviço:

“Os 50 maiores mitos populares da psicologia – derrubando famosos equívocos sobre o comportamento humano”

Autores: Scott O. Lilienfeld, Steven Jay Lynn, John Ruscio e Barry Beyerstein

Editora Gente

Preço: R\$ 49,90

Três mitos da psicologia

<http://delas.ig.com.br/comportamento/tres+mitos+da+psicologia/n1237765164690.html>